

**Zeitschrift:** La Croix-Rouge suisse : revue mensuelle des Samaritains suisses : soins des malades et hygiène populaire

**Herausgeber:** Comité central de la Croix-Rouge

**Band:** 25 (1917)

**Heft:** 8

**Artikel:** Une leçon antialcoolique

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-549050>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Allemands et Romands doivent être unis à notre patrie comme l'épée à son fourreau. Si notre pays était entièrement aléman ou entièrement romand, les vagues de la guerre auraient depuis longtemps envahi ses bords. Le bonheur de la Suisse repose dans ses diversités. Sachons donc les cultiver et les faire fructifier!

Ces derniers temps, tout n'a pas toujours été comme cela aurait dû être, mais il y a eu des améliorations, des brouillards se sont dissipés, des malentendus apaisés, et remplis de joie et d'espoir nous voulons nous écrier tous de ce berceau de la liberté par delà le lac et les montagnes: Vive notre chère, notre belle, notre libre patrie!

Un coup de sifflet retentit au loin, c'est le bateau. Chacun s'empresse de regagner la rive. Par un coucher de soleil merveilleux nous arrivons à Fluelen où la fanfare d'Altorf, ainsi que le Männerchor de cette ville, qui étaient des nôtres, nous accompagnent à la gare et font retentir leurs plus beaux accords avant notre départ.

Encore tous nos remerciements à nos confédérés pour les belles journées qu'ils nous ont fait passer au milieu d'eux et dans le pays où notre libre Helvétie fut fondée.

Jt.

---

### Une leçon antialcoolique

(Conférence faite aux enfants des écoles par le Dr \*\*\*)

Mes chers enfants,

Mes chers amis,

Quand vous avez soif, vous allez boire de l'eau, n'est-ce pas? C'est tout naturel.

Vous êtes-vous jamais demandé *pourquoi* vous avez soif? Non. Eh bien, je vais vous l'expliquer en quelques mots:

Notre corps ne se compose pas seulement de parties solides, comme les os, mais de parties liquides, comme le sang, ou demi-liquides, comme les muscles et le cerveau. Notre corps, *votre* corps à chacun de vous, contient donc beaucoup de liquide, et ce liquide, c'est de l'eau. La proportion d'eau dans notre corps est d'environ deux tiers contre un tiers de matières solides. — A votre âge on pèse à peu près 40 kg.; eh bien, dans ces 40 kg. que vous pesez, il y a environ 26 kg. de liquide et 14 kg. de matières solides.

Pendant toute notre vie, surtout quand nous travaillons et qu'il fait chaud, il sort du liquide de notre corps. Cette eau nous quitte de trois manières: *par la peau* —

c'est la transpiration; *par la respiration*, — toutes les fois que nous expirons de l'air de nos poumons, cet air est chargé d'humidité. Vous l'avez vue comme moi sur une glace, sur la vitre de votre fenêtre en hiver, sur celle d'un wagon de chemin de fer,... et enfin *par l'urine*, car l'urine n'est pas autre chose que de l'eau colorée par certains poisons qui doivent sortir du corps.

A force de transpirer, de respirer et d'uriner, nous enlevons donc de l'eau que nous avions dans le corps; l'équilibre de deux tiers à un tiers se trouve rompu, il reste trop peu d'eau dans notre corps, et il nous en avertit en nous disant: J'ai soif!

Vous allez boire, et voilà que l'équilibre se trouve rétabli parce que vous avez remis de l'eau dans votre estomac, et que — de là — elle va se répandre dans toutes les parties de votre corps.

Il est donc parfaitement naturel que vous ayiez eu soif, et tout aussi naturel que vous ayiez bu de l'eau.

Mais, vous êtes-vous jamais demandé pourquoi tant de grandes personnes — les hommes surtout — qui ont soif comme vous, boivent *si rarement de l'eau*, mais prennent — pour étancher leur soif — du vin, de la bière, de la piquette, du cidre, de l'absinthe, en un mot: des boissons alcooliques?

Vous répondrez: Parce que le goût du vin, de la bière, du cidre, etc. leur plaît mieux que le goût de l'eau. L'eau, ça n'a pas de goût, alors ça ne leur dit rien, tandis qu'ils aiment le goût du vin!

Pensez-vous vraiment que si l'on donnait une gorgée de bière à une personne qui n'aurait jamais bu que de l'eau, elle lui trouverait un bon goût? Croyez-vous sérieusement que si je donne à un enfant, pour la première fois de sa vie, une gorgée de vin, le goût de ce vin lui plaira?....

Si je donne à un enfant qui n'en aurait jamais eu jusqu'ici, à boire de la bière,... savez-vous ce qu'il fera? Il la crachera et dira « Pouah! comme c'est amer! » Si je lui donne du vin, il le crachera et dira: « Pouah! comme c'est acide! » Si je lui donne du schnaps, il croira qu'il étouffe, il s'engouera et dira: « Pouah! comme c'est fort! »....

Et en effet toutes les bières sont amères, tous nos vins sont plus ou moins acides, toutes les eaux-de-vie plus ou moins fortes.

C'est donc une erreur de croire que c'est à cause de leur bon goût qu'on prend des boissons alcooliques. Non! Les boissons alcooliques ont un autre effet,... un effet que je voudrais vous faire comprendre par le récit d'une petite histoire:

Voici un homme pauvrement vêtu, un ouvrier, qui arrive en courant, se précipite dans une pinte, s'affale sur un banc, gesticule en apercevant des connaissances attablées dans le restaurant, et crie: « Une chope, pour l'amour du ciel, une chope! —

Vous ne savez pas ce qui m'arrive! Non, c'est insensé! — D'abord ma chope! »

Et après l'avoir aspirée à grands traits et l'avoir vidée jusqu'au fond: « Ah,... ça vous fait du bien! Donnez m'en encore une; sapristi, j'en ai besoin! — C'est que voilà: On va venir saisir mon mobilier. J'ai des dettes,... je n'ai pas d'argent pour les payer,... alors c'est l'Office des poursuites qui va faire une saisie. »

Comme la seconde chope est là, il la boit consciencieusement. « Comprenez-vous ça, qu'on vienne faire une saisie chez moi qui suis un pauvre diable! Mais ils pourraient donc attendre, mes créanciers; je finirai bien par les payer — capital et intérêts. — Oh, quelle colère j'en ai eu! — Donnez-moi encore une chope. — Ça va mieux, tout de même. Du reste, ça m'est égal qu'on fasse une saisie,... ça m'est parfaitement égal! On m'enverrait bien les gendarmes,... qu'est-ce que ça pourrait bien me faire! » — Et le voilà moins excité, notre homme. Il avale sa troisième chope, et finit par se calmer tout à fait.

Pourquoi? Pourquoi après trois verres de bière, cet homme, cet ouvrier dont la femme et les enfants pleurent sans doute à la maison, cet ouvrier qui a des dettes, et au domicile duquel on va peut-être faire une saisie, prendre les meubles qui ne sont pas indispensables, pourquoi cet individu si agité il y a quelques minutes, voit-il maintenant l'avenir avec sérénité? Pourquoi tout ce qui lui arrive lui est-il égal? Sa femme et ses petits ont peut-être faim,... lui, ça ne lui fait plus rien.

Pourquoi?

Parce qu'il y a dans l'alcool, dans le vin, dans la bière, quelque chose qui vous étourdit, quelque chose qui vous rend indifférent, quelque chose qui endort, qui rend insensible. En buvant sa bière, cet

ouvrier a demandé à la boisson de le rendre indifférent à ce qui lui arrive, insensible contre sa mauvaise conscience, contre sa fatigue de travailler, d'avoir des ennuis, insensible contre sa misère, contre son chagrin, contre sa colère; insensible contre ses soucis, indifférent à tout: « On m'enverrait bien les gendarmes, ... qu'est-ce que cela pourrait bien me faire?! »

Voilà ce que tant d'hommes recherchent dans les boissons alcooliques: l'oubli de tout, ... de leur mal de dents, de leur paresse, de leur mauvaise vie. Voilà pourquoi il vont au cabaret et non pas à la fontaine! Voilà pourquoi ils boivent du schnaps, du vin, de la bière, des apéritifs, ... que sais-je encore, au lieu de boire de l'eau.

Et lorsque les fumées de l'alcool se seront un peu dissipées, cet ouvrier — comme tous ceux qui boivent — se retrouvera en présence de ses soucis, de sa misère qui n'aura fait qu'augmenter un peu, ... et il retournera boire pour endormir une fois de plus sa mauvaise conscience.

Par ma petite histoire — c'est une histoire qui se passe tous les jours dans telle ou telle localité de notre pays — je vous ai peut-être fait comprendre qu'il y

*a du danger de boire des boissons alcooliques*, et que ce danger est d'autant plus grand que l'alcool est une boisson qui abrutit, et que — chez nous on peut acheter partout ce poison!

Et tout d'abord qu'est-ce donc que l'alcool?

Si vous prenez un liquide sucré, provenant de fruits, une compote, une confiture si vous voulez, et que vous abandonniez ce jus de fruit à lui-même, il se met à fermenter. On voit des bulles se former: c'est de l'acide carbonique, et le sucre se transforme en une substance chimique qu'on appelle l'alcool. C'est grâce à un petit champignon que cette fermentation se produit, cette transformation du sucre en acide carbonique et en alcool, et c'est par ce procédé de fermentation que les raisins, les cerises, les prunes, les pommes de terre, les betteraves, fournissent de l'alcool. Pour obtenir l'alcool qui est contenu dans ces masses de végétaux en fermentation, on les distille, c'est-à-dire qu'on enlève à peu près toute l'eau. Par ce procédé de distillation, on obtient l'eau-de-vie, le cognac, du raisin, le kirsch des cerises, le schnaps de pommes de terre, et ainsi de suite.

(*A suivre.*)

## Choix d'un appartement

L'homme civilisé est certainement de tous les êtres de la création celui qui rencontre le plus de difficultés à se bien loger: la marmotte creuse elle-même à l'endroit qui lui convient sa retraite d'hiver; l'hirondelle choisit l'avent de son goût pour y construire son nid; Robinson percha sur son arbre sans consulter autre chose que sa sécurité personnelle; un jeune ménage

d'Indiens édifie une hutte de chaume dans la contrée qui lui sourit; tandis que nous pauvres habitants des villes ou des campagnes d'Europe, nous devons la plupart du temps nous loger où nous pouvons.

Notre infériorité — vis-à-vis des animaux — est dans ce domaine évidente; aussi les conséquences fâcheuses de cet état de choses ne manquent-elles pas de